

4,90
€




ΑΡΓΥΡΩ
ΜΠΑΡΜΠΑΡΙΓΟΥ

Οι συνταγές μου *εμπιστευτικά*

Παγωτά
& δροσερά γλυκά





Διευθύντρια: ΜΑΡΙΑ ΚΟΛΛΙΑΤΣΑ

Κείμενα: ΑΡΓΥΡΩ ΜΠΑΡΜΠΑΡΙΓΟΥ

Styling: ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ ΝΤΙΝΙΟΖΟΣ

Φωτογράφιση: STUDIO ΓΙΩΡΓΟΣ ΔΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ

Art director: ΒΙΒΗ ΜΗΤΣΟΥΡΑ

Ηλεκτρονική επεξεργασία εικόνας: ΜΑΝΟΣ ΜΑΝΩΛΙΟΥΔΑΚΗΣ

Ατελιέ: ΝΕΚΤΑΡΙΑ ΠΑΝΟΥ

Διόρθωση κειμένων: ΜΑΡΩ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ
ΣΑΪΑ ΜΗΝΑΣΙΔΟΥ

Γραμματεία διεύθυνσης: ΕΛΕΝΗ ΜΥΣΤΙΚΟΥ

**Διευθυντής συντονισμού-
προγραμματισμού:** ΛΑΚΗΣ ΜΑΣΤΡΑΝΤΩΝΗΣ

Διευθυντής παραγωγής: ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΥΡΑΤΖΗΣ

Υπεύθυνη έκδοσης: ΕΛΕΝΑ-ΝΑΤΑΣΑ ΚΑΪΤΣΑ

Παγωτά & δροσερά γλυκά



Από την
Αργυρώ Μπαρμπαρίγου

Με αυτό το τεύχος οδηγείται για φέτος η σειρά «Οι συνταγές μου εμπιστευτικά» με δροσερές και εύκολες συνταγές για καλοκαιρινά επιδόρπια και παγωτά για όλη την οικογένεια. Ελπίζω να τα φτιάχνετε το καλοκαίρι, να τα γεύεστε και να με θυμάστε. Γιατί εμένα θα μου λείψετε πολύ. Χίλια ευχαριστώ για την εμπιστοσύνη και την αγάπη που μου δίνετε απλόχερα, τις οποίες εισπράττω σε κάθε επαφή μου μαζί σας, σε όποια γωνιά της Ελλάδας και αν βρεθώ. Ραντεβού τη νέα σεζόν και έως τότε καλό καλοκαίρι, καλή ξεκούραση και καλή αντάμωση με ακόμα περισσότερες νοστιμιές!

Με αγάπη,

Αργυρώ



Παγωτό γιαούρτι με βανίλια

Ελαφρύ παγωτό, αφού τα κύρια συστατικά του είναι το γιαούρτι και το γάλα με χαμηλά λιπαρά, αρωματικό από τη βανίλια και άκρως καλοκαιρινό, αν το συνοδέψετε με φρούτα εποχής!

ΥΛΙΚΑ

- 375 ml γάλα με χαμηλά λιπαρά
- 1 κ.γλ. ζελατίνη
- 125 γραμμ. ζάχαρη
- 1 κλωνάρι βανίλια
- 2 κεσεδάκια (400 γραμμ.) γιαούρτι με χαμηλά λιπαρά



ΜΕΡΙΔΕΣ
5

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
10'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε καθαρολίτσα βάζουμε το γάλα και τη ζελατίνη. Αφήνουμε για 1' μέχρι να μαλακώσει η ζελατίνη. Ανακατεύουμε σε χαμηλή φωτιά μέχρι να διαλυθεί η ζελατίνη. Προσθέτουμε τότε τη ζάχαρη και τη βανίλια (σχίζουμε κατά μήκος με κοφτερό μαχαίρι, αφαιρούμε τον καρπό και τον ρίχνουμε στο μείγμα). Ανακατεύουμε μέχρι να διαλυθεί η ζάχαρη. Μεταφέρουμε το μείγμα σε μπολ και το αφήνουμε να κρυώ-

σει τελείως. Το παγώνουμε στο ψυγείο. Αφού παγώσει (κρυώσει καλά) προσθέτουμε το γιαούρτι, ανακατεύουμε και βάζουμε στην παγωτομηχανή ή αφού το παγώσουμε στην κατάψυξη μέχρι να σφίξει το χτυπάμε 5 φορές κάθε 30' ν' αφρατέψει.

Πρόταση σερβιρίσματος: Γαρνίρουμε με καλοκαιρινά ψιλοκομμένα φρούτα ή με γλυκό κουταλιού κεράσι ή βύσσινο και φιστίκια Αιγίνης.



Παγωμένα φρούτα γεμιστά με σορμπέ

Τι είναι πιο λαχταριστό από ένα παγωμένο σορμπέ μέσα στη ζέστη του καλοκαιριού; Μόνο ένα παγωμένο φρούτο γεμιστό με σορμπέ! Φτιάξτε τη συγκεκριμένη συνταγή, σερβίρετέ τη στους φίλους σας και θα με θυμηθείτε.

ΥΛΙΚΑ

- 300 γραμμ. ροδάκινα (καθαρή σάρκα)
- 300 γραμμ. βερίκοκα (καθαρή σάρκα)
- 150 γραμμ. ζάχαρη
- 150 γραμμ. νερό
- 1 κ.γλ. χυμό λεμονιού



ΜΕΡΙΔΕΣ
6

ΧΡΟΝΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ
20'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Πλένουμε καλά τα φρούτα. Χωρίζουμε στη μέση και βγάζουμε με προσοχή το κουκούτσι. Με κουταλάκι αφαιρούμε τη σάρκα τους με προσοχή να μη σκιστεί η φλούδα. Φροντίζουμε να αφήσουμε λίγη σάρκα επάνω στη φλούδα. Ζυγίζουμε τη σάρκα στα γραμμάρια που απαιτεί η συνταγή. Αραδιάζουμε τα άδεια φρούτα σε πιατέλα και τα βάζουμε στην κατάψυξη να παγώσουν καλά. Πολτοποιούμε τη σάρκα των φρούτων στο μπλέντερ. Βράζουμε τη ζάχαρη και το νερό. Μόλις πάρουν βράση αποσύρουμε

με από τη φωτιά και αφήνουμε να κρυώσουν. Ανακατεύουμε σε μπολ με κουτάλι τα πολτοποιημένα φρούτα, το κρύο πλέον σιρόπι και το χυμό λεμονιού. Τα βάζουμε στην παγωτομηχανή να χτυπηθούν και να παγώσουν. Αλλιώς στην κατάψυξη και μόλις αρχίσουν να παγώνουν τα χτυπάμε με μίξερ ν' αφρατέψουν κάθε 30'. Γεμίζουμε τα παγωμένα (καπάκια) φρούτα με το σορμπέ και παγώνουμε ξανά. Σερβίρουμε τα φρούτα γεμιστά με σορμπέ πάνω σε τριμμένο πάγο.



Παγωτό βανίλια με καραμέλα σοκολάτας και αμύγδαλα

Βελούδινο παγωτό με βανίλια και τραγανή καραμέλα. Ένας υπέροχος συνδυασμός που θα ξετρελάνει και τους πιο απαιτητικούς!

ΥΛΙΚΑ

- 2 κρόκους
- 75 γραμμ. ζάχαρη
- 250 ml γάλα
- 300 ml κρέμα γάλακτος
- 1 μπαστούνι βανίλιας

για την καραμέλα σοκολάτας

- 440 γραμμ. ζάχαρη
- 250 ml νερό
- 200 γραμμ. σοκολάτα τρίμματα
- 40 γραμμ. φιλέ αμυγδάλου καβουρντισμένο



ΜΕΡΙΔΕΣ
5-6

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
30'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Χτυπάμε με μίξερ χειρός τη ζάχαρη και τους κρόκους μέχρι να κρεμώσει το μείγμα. Σε μικρή κατσαρόλα βάζουμε γάλα και κρέμα γάλακτος. Σχίζουμε στη μέση τη βανίλια και με τη λάμα του μαχαιριού αφαιρούμε τους σπόρους. Ρίχνουμε στην κατσαρόλα και τα σποράκια και τη φλούδα βανίλιας. Φέρνουμε το μείγμα σχεδόν σε σημείο βρασμού. Αποσύρουμε από τη φωτιά. Αφαιρούμε τη βανίλια (φλούδα). Χτυπώντας με μίξερ χειρός, ρίχνουμε λίγο λίγο το υγρό μείγμα γάλακτος στους χτυπημένους κρόκους. Ξαναβάζουμε την κρέμα στην κατσαρόλα. Σιγοβράζουμε σε πολύ χαμηλή φωτιά ανακατεύοντας με σύρμα, μέχρι τα μείγμα ν' αρχίσει να πήζει ελαφρά και ν' αφήνει στρώμα στη ράχη της κουτάλας. Μην αφήσετε το μείγμα να πάρει βράση γιατί θα κόψει ο κρόκος. Αδειάζουμε την κρέμα σε μπολ. Την αφήνουμε να κρυώσει καλά στο ψυγείο. Τότε χτυπάμε την κρέμα

με μίξερ χειρός ν' αφρατέψει καλά. Ντύνουμε μακρόστενη μικρή φόρμα του κέικ με μεμβράνη. Αδειάζουμε την κρέμα. Καλύπτουμε τη φόρμα και παγώνουμε στην κατάψυξη να σφίξει το παγωτό. **Καραμέλα σοκολάτας αμυγδάλου:** Σε κατσαρόλακι με χοντρή βάση ενώνουμε τη ζάχαρη με το νερό ανακατεύοντας σε χαμηλή φωτιά μέχρι να λιώσει η σοκολάτα. Βράζουμε το σιρόπι χωρίς ν' ανακατεύουμε για 10', μέχρι να πάρει βαθύ χρυσό χρώμα. Αδειάζουμε σε λαμαρίνα στρωμένη με λαδόκολλα (20x30 εκ.) την καραμέλα. Περιμένουμε 4'-5'. Πασπαλίζουμε τη ζεστή καραμέλα με τα τρίμματα σοκολάτας. Με τη ράχη του μαχαιριού, αλείφουμε τη σοκολάτα πάνω στην καραμέλα να την καλύψουμε. Πασπαλίζουμε τέλος τ' αμύγδαλα φιλέ και το παγώνουμε να σφίξει. Ξεφορμάρουμε το παγωτό, κόβουμε σε φέτες και γαρνίρουμε με κομμάτια καραμέλας.



Φωηιές από κανταΐφι με παγωτό και βύσσина

Απλά, υπέροχο! Ένα παγωτό που θα το ετοιμάσετε για τους καλεσμένους σας και θα θέλετε να το φάτε όλο μόνοι σας... Αλλά, επειδή σας αρέσει να μοιράζεστε τα ωραία, θα χαρείτε βλέποντάς τους να το απολαμβάνουν!

ΥΛΙΚΑ

- 250 γραμμ. φύλλο κανταΐφι
- 2 κ.σ. βούτυρο λιωμένο
- 250 γραμμ. παγωτό βανίλια (έτοιμο)
- 300 γραμμ. βύσσина χωρίς κουκούτσι
- 100 γραμμ. ζάχαρη
- 1 κ.γλ. κορνφλάουρ
- ½ φλ. τσαγιού κονιάκ



ΜΕΡΙΔΕΣ
4

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
30'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ανοίγουμε με τα δάχτυλα τα φύλλα κανταΐφι. Βουτάμε τα δάχτυλα στο λιωμένο βούτυρο αφρατεύοντας και βουτυρώνοντας το κανταΐφι συγχρόνως. Φτιάχνουμε φωλιές από κανταΐφι και τις τοποθετούμε σε λαδόκολλα την οποία έχουμε στρώσει σε λαμαρίνα. Αν θέλουμε, δίνουμε σχήμα στο κανταΐφι με φορμάκια μιας χρήσης ή με πυρίμαχα μπολάκια. Τ' αναποδογυρίζουμε σε λαμαρίνα και τυλίγουμε γύρω τους το κανταΐφι, έτσι ώστε όταν ψηθούν και τ' αναποδογυρί-

σουμε να έχουν σχηματίσει κούπες κανταΐφιού. Σ' ένα αντικολλητικό τηγάνι ρίχνουμε τα πλυμένα βύσσина και τα πασπαλίζουμε με τη ζάχαρη. Τ' ανακατεύουμε σε χαμηλή φωτιά μέχρι να δημιουργηθεί ένα δεμένο σιρόπι, περίπου 10'. Διαλύουμε κορνφλάουρ στο κονιάκ και το ρίχνουμε ανακατεύοντας με κουτάλι στα βύσσина. Αφήνουμε να δέσει ελαφρά. Κρυώνουμε τα βύσσина. Σερβίρουμε τις φωλιές με μια μπάλα παγωτό και περιχύνουμε βύσσина και σιρόπι.



Δροσερό τσιζκέικ λεμονιού

Ονειρεμένο τσιζκέικ με το λεμόνι να πρωταγωνιστεί! Ό,τι πρέπει για να το σερβίρετε με το απογευματινό καφεδάκι στη βεράντα ή στην αυλή.

ΥΛΙΚΑ

- 250 γραμμ. μπισκότα ολικής άλεσης
- 125 γραμμ. βούτυρο λιωμένο
(σε θερμοκρασία δωματίου)
- 300 γραμμ. τυρί κρέμα με χαμηλά λιπαρά
ή με γεύση γιαούρτι (σε θερμοκρασία δωματίου)
- 400 γραμμ. (1 κουτί) ζαχαρούχο γάλα
- 2 ζουμερά λεμόνια (ξύσμα και χυμό)
- 1 κ.γλ. ζελατίνη
- 1 κ.σ. νερό

για το γαρνίρισμα

- 6 κ.σ. ζάχαρη
- 6 κ.σ. νερό
- φλούδα από 2 λεμόνια κομμένη
σε λεπτές λωρίδες
- χυμό από ½ λεμόνι



ΜΕΡΙΔΕΣ
8

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
30'

ΧΡΟΝΟΣ ΨΥΞΗΣ
3 ΩΡΕΣ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Αλέθουμε στον κάδο του μίξερ τα μπισκότα να γίνουν σκόνη. Λίγο λίγο προσθέτουμε το λιωμένο αλλά κρύο πλέον βούτυρο και τα χτυπάμε να ενωθούν. Σε αντικολητική φόρμα δαχτυλίδι 20 εκ. αδειάζουμε το μείγμα μπισκότου με το κουτάλι και το στρώνουμε στη βάση και στα πλάγια (4 εκ. ύψος πλαϊνό) σαν να δημιουργούμε μια θήκη μπισκότου για την κρέμα λεμονιού. Παγώνουμε το μπισκότο στο ψυγείο για 3'. Βάζουμε το μαλακό τυρί κρέμα σε μπολ και το χτυπάμε λίγο με σύρμα ή με μίξερ χειρός ν' αφρατέψει. Προσθέτουμε το ζαχαρούχο γάλα, το χυμό και το ξύσμα λεμονιού. Ανακατεύουμε ή χτυπάμε με μίξερ χειρός να ενωθούν καλά τα υλικά. Τοποθετούμε τη ζελατίνη σε κανάτα ή μπολ. Περι-

χύνουμε με το νερό. Βάζουμε την κανάτα πάνω από κατσαρόλα με νερό που βράζει, να λιώσει η ζελατίνη. Ανακατεύουμε μέχρι να διαλυθεί καλά. Αφήνουμε 3'-4' να κρυώσει και την προσθέτουμε στην κρέμα. Ανακατεύουμε καλά. Αδειάζουμε την κρέμα πάνω στο παγωμένο μπισκότο. Παγώνουμε το γλυκό στο ψυγείο μέχρι να σφίξει η κρέμα για να κόβεται, περίπου 3 ώρες. Ζεσταίνουμε τη ζάχαρη με το νερό. Μόλις λιώσει η ζάχαρη ρίχνουμε τις ψιλοκομμένες φλούδες λεμονιού και το χυμό. Σιγοβράζουμε για 5'-6' να δέσει ελαφρά το σιρόπι. Αφήνουμε να κρυώσει το μείγμα. Ξεφορμάρουμε το γλυκό. Κόβουμε σε τρίγωνα κομμάτια γαρνίροντας με μια κουταλιά από το γλυκό κουταλιού.



Τούρτα παγωτό με μπισκότο και φράουλες

Δροσερή και φανταστική συνταγή για σας που θέλετε να εντυπωσιάσετε τους καλεσμένους σας. Μπορείτε να αντικαταστήσετε τις φράουλες με κεράσια, βύσσινα, φρούτα του δάσους και την ανάλογη μαρμελάδα.

ΥΛΙΚΑ

για την τούρτα

- 250 γραμμ. μπισκότα ολικής άλεσης
- 125 γραμμ. βούτυρο λιωμένο σε θερμοκρασία δωματίου

για το παγωτό

- 1 κουτί φυτική σαντιγί (250 γραμμ.)
- 1 κουτί ζαχαρούχο γάλα (400 γραμμ.)
- 1 κουτί εβαπορέ γάλα (400 γραμμ.)
- 1 βανίλια
- 500 γραμμ. φράουλες ώριμες
- ¾ φλ. τσαγιού μαρμελάδα φράουλα
- 2 κ.σ. κονιάκ
- 1 κ.γλ. χυμό λεμονιού



ΜΕΡΙΔΕΣ
8

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
20'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Αλέθουμε τα μπισκότα στον κάδο του μίξερ με τους κόφτες μέχρι να γίνουν σκόνη. Προσθέτουμε το λιωμένο (σε θερμοκρασία δωματίου) βούτυρο και τ' αναμειγνύουμε στο μίξερ. Στρώνουμε το μείγμα της βάσης σε φόρμα δαχτυλίδι με διάμετρο 22 εκ. Πατάμε καλά να ισιώσει το μείγμα στη βάση της φόρμας. Το αφήνουμε στο ψυγείο. Χτυπάμε στο μίξερ τη φυτική σαντιγί ν' αφρατέψει και να διπλασιαστεί σε όγκο για 7'-8'. Προσθέτουμε τη βανίλια και λίγο λίγο το ζαχαρούχο γάλα. Συνεχίζουμε το χτύπημα μέχρι να ενωθούν καλά τα υλικά. Τέλος προσθέτουμε το εβαπορέ και χτυπάμε για 5' επιπλέον ν' αφρατέ-

ψει και να κρυώσει το μείγμα. Το αδειάζουμε με προσοχή στην παγωμένη βάση μπισκότου στη φόρμα. Το βάζουμε στην κατάψυξη να παγώσει καλά. Κόβουμε τις φράουλες στη μέση, τις ραντίζουμε με το χυμό λεμονιού. Ζεσταίνουμε τη μαρμελάδα να λιώσει και προσθέτουμε το κονιάκ. Ανακατεύουμε και σουρώνουμε το μείγμα. Αφήνουμε να κρυώσει. Βγάζουμε το παγωτό από την κατάψυξη. Με προσοχή αφαιρούμε τα πλαϊνά της φόρμας. Στρώνουμε τις φράουλες πάνω στο παγωτό και περιχύνουμε με τη χλιαρή μαρμελάδα (που είναι πλέον σαν σιρόπι). Σερβίρουμε σε τρίγωνα.



Παγωτό κασάτο στα γρήγορα

Το παγωτό κασάτο που σας προτείνω γίνεται εύκολα, γρήγορα και μας ταξιδεύει πίσω στο χρόνο, όταν όλα ήταν αγνά, σπιτικά και με υπέροχη γεύση! Θα το απολαύσουν μικροί και μεγάλοι!

ΥΛΙΚΑ

- ¾ φλ. τσαγιού σταφίδες
- ¾ φλ. τσαγιού κόνιττα
- 60 ml κονιάκ ή λικέρ της αρεσκείας σας
- 2 λίτρα παγωτό βανίλια μαλακό (έτοιμο)
- 2 φλ. τσαγιού αμύγδαλα καβουρντισμένα και ψιλοκομμένα ή καρύδια
- 360 γραμμ. λευκή σοκολάτα λιωμένη σε μπεν μαρί

ΜΕΡΙΔΕΣ
8

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
30΄

ΧΡΟΝΟΣ ΨΥΞΗΣ
1 ΒΡΑΔΥ



ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Θα χρειαστούμε ένα στρογγυλό μπολ χωρητικότητας 2 λίτρων. Το ντύνουμε με μεμβράνη (να περισσεύει απ' τα τοιχώματα). Ανακατεύουμε σε μπολ τις σταφίδες και τα αποξηραμένα φρούτα. Περιχύνουμε με το κονιάκ. Σκεπάζουμε και αφήνουμε να σταθούν για 30΄. Ενώνουμε τα φρούτα με το μαλακό παγωτό και τους ξηρούς καρπούς ανακατεύοντας καλά. Το αδειάζουμε στο ντυμένο μπολ. Γυρίζουμε προς τα μέσα τη μεμβράνη που περισσεύει και καλύπτουμε το παγωτό. Το παγώνουμε όλη τη νύχτα στην κατάψυξη. Κόβουμε έναν δίσκο από λαδόκολλα (σαν οδηγό) 35 εκ.

Καλύπτουμε τη λαδόκολλα με μεμβράνη (μεγάλο φύλλο μεμβράνης). Αναποδογυρίζουμε το κασάτο σε πιατέλα. Αφαιρούμε τη μεμβράνη. Ξαναβάζουμε στην κατάψυξη. Με μια παλέτα αλείφουμε τη λιωμένη λευκή σοκολάτα πάνω στη μεμβράνη καλύπτοντας τη διάμετρο της λαδόκολλας (οδηγός). Βγάζουμε το κασάτο απ' την κατάψυξη. Γρήγορα καλύπτουμε με τη μεμβράνη ώστε ν' αγκαλιάσει το παγωτό η σοκολάτα. Χαϊδεύουμε με τα χέρια τη μεμβράνη ώστε να ξεκολλήσει από την παγωμένη πλέον σοκολάτα. Κόβουμε το γλυκό σε τρίγωνα όπως το κλασικό κασάτο.



Παγωτό με λικέρ κρέμα

Ένα απλό παγωτό με τη χαρακτηριστική γεύση του Bailey's. Μετρήστε σωστά την ποσότητα του λικέρ γιατί αν πέσει παραπάνω, το αλκοόλ δεν θα αφήσει το παγωτό να παγώσει. Αν σας αρέσει το λικέρ, περιχύστε το παγωτό την ώρα του σερβιρίσματος.

ΥΛΙΚΑ

- 500 ml κρέμα γάλακτος
- 500 ml γάλα φρέσκο
- 200 γραμμ. ζάχαρη
- 125 γραμμ. Bailey's
(λικέρ κρέμα)



ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ενώνουμε σε μπολ την κρέμα, το γάλα, τη ζάχαρη και το Bailey's. Ανακατεύουμε καλά με σπάτουλα ή κουτάλι μέχρι να λιώσουν τα υλικά (να διαλυθεί η ζάχαρη). Καλύπτουμε το μπολ με μεμβράνη και το βάζουμε στο ψυγείο να παγώσει καλά για 1 ώρα. Τότε το χτυπάμε καλά με μίξερ χειρός ν' αφρατέψει. Το αφήνουμε 2-3 ώρες στην κατάψυξη ν' αρχίσει να πήζει και το

ξαναχτυπάμε με μίξερ χειρός ν' αφρατέψει. Το αφήνουμε όλη τη νύχτα για να παγώσει καλά. Για να το σερβίρουμε, βγάζουμε το παγωτό από την κατάψυξη και το αφήνουμε 10' στο ψυγείο να μαλακώσει ελαφρά.

Πρόταση σερβιρίσματος: Με το σκουπ του παγωτού το βάζουμε σε μπάλες σε ποτήρια και περιχύνουμε με λίγο Bailey's.

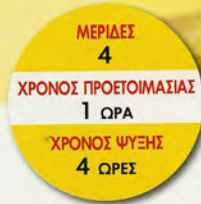


Παγωτό μπανάνα

Ένα παγωτό για όσους λατρεύουν τη γεύση της μπανάνας. Είναι πολύ σημαντικό οι μπανάνες να είναι ώριμες, για την υφή, αλλά και για την τέλεια γεύση του παγωτού. Σερβίρετέ το με σιρόπι σοκολάτας και φρέσες μπανάνες.

ΥΛΙΚΑ

- 4 ώριμες μπανάνες
- 1 κ.σ. χυμό λεμονιού
- 200 γραμμ. ζάχαρη
- 250 ml γάλα
- 250 ml κρύα κρέμα γάλακτος



ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Καθαρίζουμε τις μπανάνες και τις κόβουμε σε μπουκιές. Τις πολτοποιούμε στο μπλέντερ με το χυμό λεμονιού και τη ζάχαρη. Προσθέτουμε στο μείγμα το γάλα και πολτοποιούμε ξανά. Αδειάζουμε το μείγμα σε μπολ και καλύπτουμε με μεμβράνη. Πριν σφραγίσουμε στις άκρες τη μεμβράνη πιέζουμε να φύγει όσο περισσότερος αέρας γίνεται από το μπολ για να μην οξειδωθεί το χρώμα της μπανάνας. Παγώνουμε καλά

το μείγμα στο ψυγείο για 1 ώρα. Αφού κρυώσει καλά το μείγμα, προσθέτουμε λίγη λίγη την κρύα κρέμα γάλακτος, ανακατεύοντας πολύ καλά με σύρμα ζαχαροπλαστικής ώστε να ομογενοποιηθεί το μείγμα. Τότε το αδειάζουμε στην παγωτομηχανή και θέτουμε σε λειτουργία μέχρι το παγωτό να πάρει μορφή παχιάς κρέμας, περίπου 20'. Μεταφέρουμε το παγωτό σε παγωμένο σκεύος και το διατηρούμε στην κατάψυξη.



Παγωτό κακάο

Απλό παγωτό, με πλούσια γεύση κακάο και εύκολο στην παρασκευή. Μικροί μεγάλοι ξετρελαίνονται μ' αυτό. Εμπλουτίστε το με ξηρούς καρπούς, κομμάτια σοκολάτας και ό,τι άλλο σας αρέσει. Σηκώνει πολλούς πειραματισμούς.

ΥΛΙΚΑ

- 30 γραμμ. κακάο σκόνη άγλυκο
- 100 γραμμ. ζάχαρη
- 125 ml ζαχαρούχο γάλα
- 375 ml γάλα φρέσκο
- 1 κλωνάρι βανίλια (μόνο τον καρπό της)
- 250 ml κρέμα γάλακτος



ΜΕΡΙΔΕΣ
5

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
20'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Βάζουμε σε κατσαρόλα κακάο, ζάχαρη, ζαχαρούχο γάλα, βανίλια και γάλα. Ανακατεύουμε μέχρι να πάρει βράση. Χαμηλώνουμε τη φωτιά και σιγοβράζουμε 5', πάντα ανακατεύοντας. Όταν γίνει το μείγμα κακάο το αφήνουμε να κρυώσει καλά. Μπορούμε να το βάλουμε σε κρύο μπεν μαρί. Σε μπολ με παγάκια και νερό

βυθίζουμε την κατσαρόλα με το ζεστό μείγμα και ανακατεύουμε μέχρι να κρυώσει καλά. Αφού κρυώσει, προσθέτουμε την κρύα κρέμα και ανακατεύουμε με το σύρμα να ομογενοποιηθεί. Αδειάζουμε το μείγμα στην παγωτομηχανή ή ακολουθούμε την παλιά μέθοδο παγωματος με τα χτυπήματα.



Παγωτό ροδάκινο

Ένα παγωτό που αξίζει την προσοχή σας και θα ικανοποιήσει και τους πιο απαιτητικούς ουρανίσκους. Μπορείτε να αντικαταστήσετε τα ροδάκινα με νεκταρίνια, βερίκοκα, βανίλιες ή όποιο άλλο φρούτο σας αρέσει.

ΥΛΙΚΑ

- 250 ml γάλα
- 150 γραμμ. ζάχαρη
- 2 κρόκους
- 450 γραμμ. ροδάκινα (σάρκα καθαρισμένη, χωριστά τα κουκούτσια)
- χυμό 1 λεμονιού
- 1 βανίλια κλωνάρι
- 250 ml παγωμένη κρέμα γάλακτος



ΜΕΡΙΔΕΣ
5-6

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
1 ΩΡΑ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σχίζουμε κάθετα τη βανίλια και αφαιρούμε τους σπόρους με τη λάμα του μαχαιριού. Ενώνουμε καλά το γάλα, τη βανίλια και τη μισή ζάχαρη σε κατσαρόλα και τα φέρνουμε σε σημείο λίγο πριν βράσει και φουσκώσει. Το αφήνουμε λίγο στην άκρη. Χτυπάμε με μίξερ χειρός τους κρόκους με τη ζάχαρη μέχρι ν' αφρατέψουν καλά και ν' αλλάξουν χρώμα. Θα πάρουν τη μορφή απαλής βελούδινης κρέμας. Λίγο λίγο προσθέτουμε το ζεστό γάλα, πάντα χτυπώντας με το μίξερ χειρός, μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα. Βάζουμε το μπολ με την κρέμα σε ζε-

στό μπεν μαρί. Ανακατεύουμε καλά το μείγμα με ξύλινη κουτάλα μέχρι να δέσει και να πυκνώσει ελαφρά και να αφήνει μια στρώση στη ράχη της κουτάλας. Το μεταφέρουμε σε κρύο μπεν μαρί. Όσο κρυώνει η κρέμα, βάζουμε τα φρούτα σε μπλέντερ και τα πολτοποιούμε μαζί με το χυμό λεμονιού. Παγώνουμε τα δύο μείγματα στο ψυγείο. Όταν κρυώσουν καλά, ανακατεύουμε τον πουρέ ροδάκινο με την κρέμα και την κρέμα γάλακτος. Ανακατεύουμε καλά με σύρμα να ενωθούν τα υλικά. Ρίχνουμε το μείγμα στην παγωτομηχανή.



Παγωτό βύσσινο με γιαούρτι

Δροσιά στο στόμα με γιαούρτι και βύσσινο... Ό,τι πρέπει μετά από ένα καλοκαιρινό γεύμα. Το σίγουρο είναι πως δεν θα αρκεστείτε μόνο σε μία μπάλα παγωτού!

ΥΛΙΚΑ

- 375 ml κρέμα γάλακτος
- 3 κρόκους
- 90 γραμμ. ζάχαρη
- 200 γραμμ. γιαούρτι
- 450 γραμμ. βύσσινα χωρίς κουκούτσι



ΜΕΡΙΔΕΣ
5-6

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
1 ΩΡΑ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ζεσταίνουμε στην κατσαρόλα την κρέμα γάλακτος. Σε ένα μπολ χτυπάμε τους κρόκους με τη ζάχαρη για 6'-7' με το μίξερ χειρός, μέχρι να αφρατέψουν καλά και να γίνουν ανοιχτόχρωμη κρέμα. Λίγο πριν βράσει η κρέμα τη ρίχνουμε, ενώ παράλληλα συνεχίζουμε το χτύπημα με το μίξερ, λίγοι λίγοι στους χτυπημένους κρόκους. Βάζουμε το μπολ με την κρέμα σε μπεν μαρί. Ανακατεύουμε την κρέμα πάνω στο μπεν μαρί μέχρι να πυκνώσει ελαφρά και να μένει στρώση στη ράχη της κουτάλας. Μόλις πυκνώσει η κρέμα, βγάζουμε το μπολ από το ζεστό μπεν μαρί και το βάζουμε πάνω σε μπολ με παγάκια

και κρύο νερό (κρύο μπεν μαρί). Ανακατεύουμε ελαφρά να κρυώσει η κρέμα καλά. Βουτυρώνουμε ελαφρά 1 λαδόκολλα και καλύπτουμε την επιφάνεια της κρέμας. Την παγώνουμε στο ψυγείο. Στο μεταξύ πολτοποιούμε τα βύσσινα στο μπλέντερ να γίνουν πουρές. Όταν παγώσει η κρέμα ρίχνουμε μέσα λίγο λίγο το γιαούρτι, ανακατεύοντας πάντα με σύρμα, και τέλος ρίχνουμε τον πουρέ βύσσινο και ανακατεύουμε. Βάζουμε το μείγμα στην παγωτομηχανή ή, αν δεν διαθέτουμε παγωτομηχανή, ακολουθούμε την παλιά μέθοδο παγώματος με τα πολλά χτυπήματα.



Τούρτα παγωτό γιαούρτι με ροδάκινα

Μία δροσερή τούρτα με φρούτα, που θα σας ενθουσιάσει. Μπορείτε να τη φτιάξετε και με άλλα φρούτα της αρεσκείας σας.

ΥΛΙΚΑ

για τη βάση

- 1 πακέτο μπισκότα σαβουαγιάρ
- 1 φλ. τσαγιού μαρμελάδα ροδάκινο
- 4 κ.σ. κονιάκ

για το παγωτό

- 1 κιλό γιαούρτι στραγγιστό
- 1 λίτρο φρέσκο γάλα
- 350 γραμμ. ζάχαρη
- 350 γραμμ. νερό
- 350 γραμμ. μέλι
- ½ φλ. τσαγιού ψιλοκομμένα φιστίκια Αιγίνης
- 1 συσκευασία 350 γραμμ. κομπόστα ροδάκινο



ΜΕΡΙΔΕΣ
12

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
20'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Βράζουμε το νερό με τη ζάχαρη 5'. Αποσύρουμε από τη φωτιά και προσθέτουμε το μέλι. Ανακατεύουμε και αφήνουμε να κρυώσει καλά. Σε μπολ βάζουμε το γιαούρτι και λίγο λίγο, ανακατεύοντας με σύρμα, προσθέτουμε το γάλα. Ανακατεύουμε καλά. Ενώνουμε το σιρόπι με το μείγμα γιαουρτιού και το ανακατεύουμε με σύρμα. Βάζουμε το μπολ με το παγωτό στην κατάψυξη. Όταν αρχίσει να κάνει σώμα (να σφίγγει) το χτυπάμε καλά με μίξερ χειρός ν' αφρατέψει. Το ξαναπαγώνουμε και επαναλαμβάνουμε 2 φορές τη διαδικασία. Στο τελευταίο χτύπημα που το παγωτό είναι πια σχεδόν έτοιμο προσθέτουμε τα φιστίκια Αιγίνης. Χρησιμοποι-

ούμε φόρμα δαχτυλίδι 25 ή 27 εκ. Ζεσταίνουμε τη μαρμελάδα να λιώσει. Προσθέτουμε το κονιάκ. Βουτάμε τα σαβουαγιάρ στη μαρμελάδα και τα βάζουμε στη σειρά στη φόρμα (σαν παντεσπάνι). Το παγώνουμε στην κατάψυξη. Όταν το παγωτό γιαούρτι έχει παχιά υφή (αλλά όχι τελείως παγωμένο) το αδειάζουμε στη φόρμα. Το παγώνουμε στην κατάψυξη. Λίγο πριν σερβίρουμε, γαρνίρουμε με στραγγισμένη από το χυμό της κομπόστα ροδάκινο και καλύπτουμε την επιφάνεια. Αφήνουμε την τούρτα στο ψυγείο 15' (όχι κατάψυξη) και σερβίρουμε. Όσο περισσέψει, φυλάσσεται στην κατάψυξη όπως τα παγωτά.

Παγωτό γιαούρτι με μέλι, καρύδια και σοκολάτα

*Μία εύκολη συνταγή με τέλεια γεύση και το φινό άρωμα που χαρίζει
στο παγωτό το θυμαρίσιο μέλι.*



ΥΛΙΚΑ

- 750 γραμμ. άπαχο γιαούρτι
- 75 ml θυμαρίσιο μέλι
- 150 γραμμ. ψιλοκομμένα καρύδια
- 2 κ.σ. τρίμματα σοκολάτας

ΜΕΡΙΔΕΣ

10

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

5'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μπολ ανακατεύουμε το γιαούρτι, το μέλι και τη σοκολάτα και το βάζουμε στο ψυγείο να κρυώσει καλά. Το ρίχνουμε στην παγωτομηχανή ή το παγώνουμε στην κατάψυξη και μόλις αρχίσει να σφίγγει το χτυπάμε κάθε 30' για 5 φορές ν'

αφρατέψει. Προς τα τελευταία χτυπήματα που θα έχει κάνει σώμα (θα στέκεται) προσθέτουμε τα καρύδια. Το σερβίρουμε σε ποτήρια παγωτού, περιχύνουμε, αν θέλουμε, λίγο μέλι και πασπαλίζουμε καρύδια και τριμμένη σοκολάτα.

Παγωτό πεπόνι με μέλι και γιαούρτι

Όλη η δροσιά του καλοκαιριού σε τρία υλικά! Προτιμήστε αργίτικα πεπόνια για να δώσουν χρώμα στο παγωτό σας.

ΥΛΙΚΑ

- 500 γραμμ. πολτοποιημένη σάρκα πεπονιού
- 500 γραμμ. γιαούρτι πλήρες
- 125 γραμμ. μέλι θυμαρίσιο

ΜΕΡΙΔΕΣ
10

ΧΡΟΝΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ
10'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μπλέντερ βάζουμε το πεπόνι καθαρισμένο, το γιαούρτι και το μέλι. Τα χτυπάμε να πολτοποιηθούν όλα μαζί, τα βάζουμε σε παγωτομηχανή ή τα παγώνουμε στην κατάψυξη μέχρι να σφίξει το μείγμα και το χτυπάμε κάθε 30' για 5 φορές ν' αφρατέψει. Παίρνουμε το αργίτικο πεπόνι, το πλένουμε εξωτερικά και το κόβου-

με οριζόντια. Αφαιρούμε ίνες και σπόρους και λίγο λίγο τη σάρκα του μέχρι να ζυγίσουμε 500 γραμμ. καθαρή σάρκα. Παγώνουμε τα αδειασμένα μισά του πεπονιού στην κατάψυξη. Αφού παγώσει το παγωτό, γεμίζουμε τις παγωμένες θήκες πεπονιού και γαρνίρουμε, αν θέλουμε, με φιστίκια Αιγίνης.





ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΑΠΟ ΤΟ

